

الاطفال الصغار - السلامة اولا

السقوط والمطبات عند التعلم على المشي
ممكن ان يودي الاسنان.

تجنب السقوط وضرر الاسنان:

- ابواب السلامة على السلالم.
- استعمل كرسي السيارة كل الاوقات.
- استعمل الخوذ عند ركوب الدراجة الهوائية او الدراجة ذو الثلاث عجلات.
- استعمل حزام الامان في عربات التسوق.

✓ لا تترك الطفل لوحده

احمي الذين يبدوا المشي من الاصابة:

- قم بازالة الاثاث ذو النهايات الحادة.
- كن جاهزا لمساعدتهم.

تحدث الحوادث

- خصص لك طبيب اسنان تستطيع ان تخبره
و تذهب اليه



مصادر صحة الاسنان للاطفال الصغار

اتصل ب211

دائرة صحة سنو هامش

www.snohd.org

(القائمة المسجلة) 425-339-5219

www.parenthelp123.org

اذهب الى موقع الانترنت للتأكد من شمولية التغطية

Snohomish Health District
Healthy Communities and Assessment
Oral Health Program
3020 Rucker Avenue, Ste 206
Everett, WA 98201-3900
425.339.5219

PUBLIC HEALTH
always working for a safer & healthier
SNOHOMISH COUNTY

DEN062_Oral_Health_Age_2-3Yr_07_2013_pac

صحة الفم ل عمر 2 ال 3 سنوات



ماذا يريد الا بوين ان يعرفوا

**SNOHOMISH**
HEALTH DISTRICT
WWW.SNOHD.ORG



الاطفال الصغار

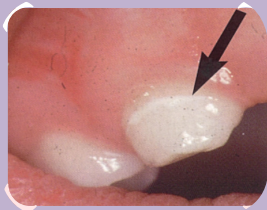
أكثر الأطفال يكون لهم أول مجموعة أسنان عندما يكونوا بعمر 3 سنوات.

لا تسقط الأسنان اللبنية إلا بعمر بين 10-12 سنة.

أسنان صحية لبنيّة-أسنان صحية دائمية

قسم من الأطفال ممكن ان يكون لهم فجوات في أسنانهم.

تسوس الأسنان المبكر



انظر الى اسنان طفلك.

ارفع الشفة العليا.

عندما ترى اي بقع على طول حافة اللثة احجز موعد مع طبيب الاسنان.

التغذية

الرضاعة الاصطناعية بعد 14 شهر.

اسأل الاختصاصي حول الفطام.

الرضاعة الطبيعية بعد 24 شهر.

ممكن يصاحب تسوس الاسنان مع الاكل والشرب المتكرر.

النمو-الاكل معا

الاكل هو من الشؤون العائلية.

احلّس سوية عند وجبات الاكل والوجبات الخفيفة.

دع الأطفال ياكلون بانفسهم.

قدم انواع مختلفة من الموكولات.

قدم للأطفال مأكولات يستطيعون التقاطها.

تجنب الاكل المستمر. قدم ثلاث وجبات رئيسية ووجبتان خفيفة

خلال اليوم

الحبيبات مع الحليب.

شرائح الخبز مع زبدة فستق الحقل.

الجبن مع الموالح.



النهاية ومص الايهام

اخفي اللهاية عندما لا يستعملها طفلك الصغير.

اسأل طبيب الاسنان حول التوقف عن استعمال اللهاية عند قرب وصوله الى عمر 4 سنين.

تخلّف اسنان طفلك الصغير

قم بفرش اسنان طفلك لحين وصوله الى عمر 7 الى 8 سنين.

لا يفرش الأطفال اسنانهم بصورة صحيحة.

دع الأطفال يفرشون اسنانهم عند ما يستطيعون مسك فرشاة الاسنان.

استعمل معجون الاسنان المحتوي على الفلوريد ليس اكثر من حجم حبة البازلاء عند ما يصل طفلك الى عمر سنتين.

اسأل طبيب الاسنان حول:

عندما يكون طفلك في خطر تسوس الاسنان.

مكملات الفلوريد عندما يكون قليلا في ماء الشرب

معالجات الفلوريد